

Titus Brinker

Tabakprävention made in Gießen: Das weltweite Medizinternetzwerk Aufklärung gegen Tabak

1. Kurzbeschreibung

Tabak ist die größte Ursache für vermeidbare Krankheiten und frühzeitigen Tod in Deutschland. Aufklärung gegen Tabak startete Anfang 2012 auf Initiative des Medizinstudenten Titus Brinker in Gießen. Heute klären über 1.500 Medizinstudierende von 28 deutschen, vier österreichischen und zwei Schweizer Universitäten pro Jahr ehrenamtlich 23.800 Schüler der siebten Klassen wirksam über das Rauchen auf, bilden hunderte angehende Ärzte für die fundierte Entwöhnung am Patienten aus und betreiben die größten Tabakpräventions- und Entwöhnungsstudien weltweit. 59 Medizinfakultäten in 11 weiteren Ländern konnten von der deutschen Initiative als Education Against Tobacco in die Aktivität eingebunden werden. Das Netzwerk hat zwei wissenschaftlich fundierte Apps mit über 400.000 Nutzern für die Schulprävention entwickelt, die auch von Unternehmen wie BMW zur Entwöhnung von Mitarbeitern eingesetzt werden. Approbierte Mitglieder treten als Ärzteverband Tabakprävention mit der Politik in den Dialog.

2. Relevanz, unsere Aktivität und Organisation im Detail

Relevanz: Rauchen ist die größte vermeidbare Ursache für chronische Erkrankungen und Tod in Deutschland. Allein 6,3 Millionen Bundesbürger leiden unter chronisch obstruktiver Lungenerkrankung (COPD), von denen über 90 % geraucht haben. Insgesamt wird geschätzt, dass über 8,5 Millionen Menschen in Deutschland auf Grund ihres Tabakkonsums chronisch krank sind (tabakattributable Krankheitsfraktion) und etwa 121.000 Bürger/innen jedes Jahr daran sterben (= 13,5 % aller Todesfälle nach Sterbestatistik). Etwa ein Drittel der 17-jährigen

deutschen Jugendlichen raucht regelmäßig, etwa die Hälfte davon wird an ihrer Sucht sterben. Deutschland belegt im Bereich Tabakpräventionspolitik laut WHO gemeinsam mit Österreich den letzten Platz in Europa. So ist Deutschland z.B. das letzte Land in der EU28, in der Tabakaußenwerbung noch erlaubt ist und eines der letzten Länder, wo die Solidargemeinschaft noch für das Rauchen finanziell aufkommen muss.

Aktivität: Unsere Aktivität lässt sich in fünf Säulen zusammenfassen:

- 1) Wir besuchen Schüler der Jahrgangsstufen 6–8 aller Schultypen, um sie interaktiv, innovativ und auf Augenhöhe über die Folgen des Rauchens aufzuklären (gegatabak.de/schulpraevention). Medizinstudierende werden von Schülern durch den geringeren Altersabstand potentiell als authentischer und zugänglicher wahrgenommen als Ärzte. Pro Schuljahr betreuen wir im deutschsprachigen Raum (DACH) mit etwa 1.000 Medizinstudierenden aktuell ca. 23.800 Schüler (durchschnittlich 700 Schüler pro Universität). Außerhalb des DACH-Raumes bestehen wir in zehn weiteren Ländern als Education Against Tobacco an über 60 weiteren Medizinfakultäten, die jedoch zeitlich nach den deutschsprachigen Fakultäten entstanden sind und so nur insgesamt ca. 21.000 weitere Schüler pro Jahr abdecken.
- 2) Eine Studie, die an fast allen Fakultäten in Deutschland durchgeführt wurde, hatte schwerwiegende Defizite in der Ausbildung von Medizinstudierenden in der Tabakentwöhnung aufgezeigt. Weniger als 5 % konnten sich überhaupt erinnern, je zu

Nichtraucher

Raucht seit einem Jahr
(eine Packung pro Tag)

Brüchigeres Haar

Blassere Haut
(schlechtere Durchblutung)

Elastische Fasern reißen schneller

Grobporigere Haut

Häufiger erkältet

Höheres Risiko für Pickel

Gelbere Zähne, Mundgeruch

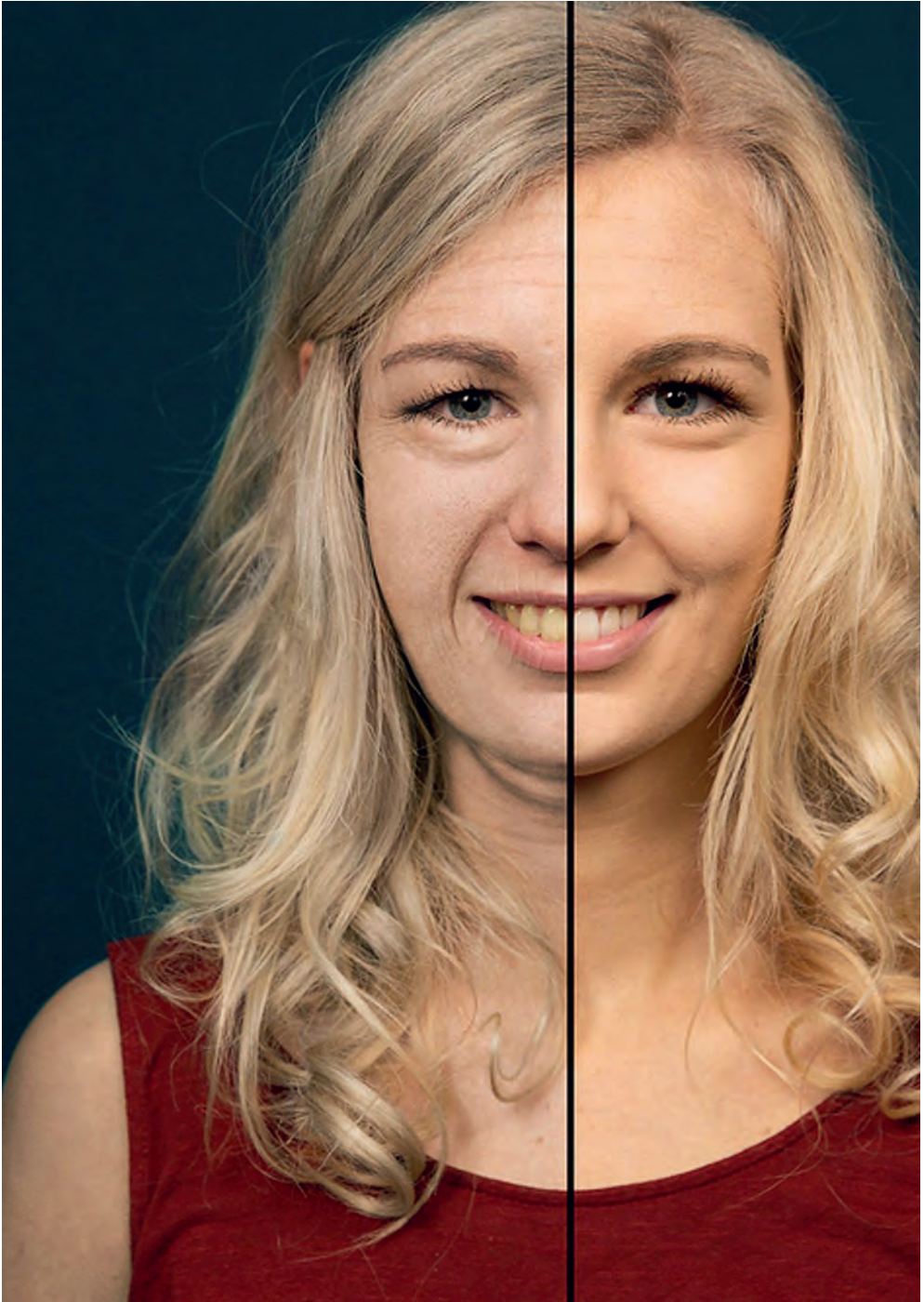
Höheres Risiko für Akne

Nach 15 Jahren...

Smokerface App

- 1 Lade die kostenlose **Smokerface App**
- 2 Mache ein Selfie.
- 3 Schaue dir dein zukünftiges Gesicht als Raucher an.

Die Raucher-App zeigt die Auswirkungen des Rauchens auf die Haut in einer 3D-Animation.



Die Raucher-App zeigt die Auswirkungen des Rauchens auf die Haut in einer 3D-Animation nach 15 Jahren.

- diesem Thema praktisch dazu angeleitet worden zu sein. Über 30 % unserer zukünftigen Patienten sind Raucher und in vielen Fällen ist die wirksamste medizinische Maßnahme für die Verbesserung der Gesundheit die wissenschaftlich fundierte Tabakentwöhnung. An 14 Medizinfakultäten werden durch den AGT e.V. in Zusammenarbeit mit Experten für medizinische Ausbildung Tabakentwöhnungskurse für 400 Medizinstudierende pro Jahr angeboten, die das Wissen, die Einstellungen und die Fertigkeiten nachhaltig positiv verändern. Diese Medizinstudierenden sehen wenig später als Arzt etwa 2.000 Patienten im Jahr, von denen etwa 600 Raucher sind, und können diese wesentlich fundierter beraten.
- 3) Viele der verfügbaren und hoch frequentiert herunter geladenen Aufhör-Apps sind nach wissenschaftlichen Gesichtspunkten wirkungslos (gleicher Erfolg wie mit Willenskraft allein = 3–5 %). Vor diesem Hintergrund haben wir unter Einbezug von Experten für konventionelle Tabakentwöhnung in Deutschland zwei wissenschaftlich fundierte Entwöhnungsapps konzipiert, um die funktionierenden Konzepte aus der konventionellen Entwöhnung einem breiteren Publikum zur Verfügung zu stellen. Die Apps Smokerface und Smokerstop wurden bereits über 400.000 Mal heruntergeladen und haben nach fundierten Hochrechnungen bereits etwa 60.000 Bundesbürger erfolgreich entwöhnt. Die Apps werden ebenfalls über Poster, Visitenkarten, Lehrer- und Elternbriefe in unsere Schulinterventionen integriert.
 - 4) Als Bundesnetzwerk führen wir nicht nur in Deutschland, sondern auch weltweit die teilnehmerstärksten Tabakpräventionsstudien durch. Aktuell sind 25.000 Schüler von 276 Sekundarschulen aus Deutschland in randomisierte Studien des Netzwerks eingeschlossen und weitere 1.700 Schüler in internationalen Studien (Publikationen unter educationtobacco.org/research):
 - 4a) Unser Netzwerk hat die Smokerface randomized trial ins Leben gerufen, die zum Ziel hat, durch eine sehr kostengünstige Posterkampagne über den negativen Einfluss auf das eigene Aussehen hinzuweisen, sowie die Selfie-App Smokerface auf die Smartphones von möglichst vielen Schülern in Deutschland zu bringen und dessen Effekt auf das Rauchverhalten langfristig (2 Jahre) zu messen. Es handelt sich hierbei um die erste App-basierte Studie weltweit, die mit knapp 10.000 eingeschlossenen Schülern an 126 Schulen auch die größte Tabakpräventionsstudie weltweit darstellt.
 - 4b) Nachdem die Kurzzeiteffekte unserer Intervention signifikant nachgewiesen werden konnten, evaluiert die AGT Langzeitevaluation unter Einschluss von über 15.000 Siebtklässlern sowie 400 ehrenamtlichen Medizinstudierenden von 13 Fakultäten aus Deutschland die Langzeiteffekte unserer Schulintervention.
 - 4c) Der von uns erstmalig publizierte „Mirroring Ansatz“ wird – neben seinem Einsatz in der Schule – von der BMW-Betriebskrankenkasse in einer unternehmensweiten Kampagne gemeinsam mit unser App Smokerface eingesetzt. Hierbei werden Großbildschirme mit iPads in den Produktionshallen gekoppelt, auf denen die Smokerface App installiert ist. Die Arbeiter können einen Selfie von sich machen, der 3D-animiert wird und auf Touch reagiert und sich ihre Zukunft als Raucher bzw. als Nichtraucher am eigenen Gesicht anschauen. Über eine Software wird der Appbildschirm auf dem iPad auf die Großmonitore „gespiegelt“ (mirroring) und so allen Arbeitskollegen sichtbar, die darauf entsprechend reagieren und so über Gruppeneffekte nach der Theorie des geplanten Verhaltens die Effektivität der sog. photoang-Intervention noch weiter erhöhen.
 - 5) Im AGT e.V. haben sich national über die letzten vier Jahre insgesamt über 2.000

Medizinstudierende ehrenamtlich engagiert. Der neu gegründete Ärzteverband Tabakprävention ermöglicht es nun, dieses Engagement nach der Approbation auf einer anderen Ebene fortzusetzen und gleichzeitig auch weitere in der Tabakprävention engagierte Ärzte für das Thema zu gewinnen.

Organisationsform

Neben ehrenamtlichen Medizinstudierenden sowie Ärzten sind Lehrstühle als Projektträger eingebunden, die Aufklärung gegen Tabak als Wahlfach an ihrer jeweiligen Medizinfakultät eingeführt haben. Die Organisationsstruktur ist so insgesamt dezentralisiert und wird durch eine stärkere Unabhängigkeit vom Gründer von vielen Initiatoren auf breiter Front getragen. Die Trägerstruktur (Lehrstühle und Studenten) sorgt gleichzeitig für maximale finanzielle Effizienz.

Medizinstudenten lernen die einfache Vermittlung medizinisch komplexer Zusammenhänge,

erwerben didaktische Fähigkeiten, die für die spätere Patientenbetreuung wesentlich sind. Zukünftige Ärzte werden für das Thema Tabaksucht stärker sensibilisiert und dadurch auf einen Beitritt in dem neu gegründeten Ärzteverband Tabakprävention vorbereitet. Gleichzeitig erhalten Medizinstudierende die Möglichkeit, praktische Erfahrungen in der universitären Lehre zu sammeln und bei den weltweit größten Forschungsvorhaben im Bereich Tabakprävention wissenschaftlich mitzuwirken. Die etwa 1.000 ehrenamtlichen Akteure der DACH-Region wählen 5 hauptamtliche Vorstandskoordinatoren, die die nationale und internationale Zusammenarbeit nachhaltig absichern. Es gibt eine organisatorische Hierarchie, die Aufgaben klar zuordnet. Je mehr sich ein Mitglied einbringt, desto mehr Sichtbarkeit steht ihm/ihr im Netzwerk zu (gegentabak.de/organisationsstruktur).

Kontakt:

titus.brinker@gmail.com